



**MENGATASI RENDAHNYA DISIPLIN DIRI MELALUI KONSELING
BEHAVIORISTIK DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* PADA
SISWA SMK NU MA'ARIF KUDUS**

Oleh
MOHAMMAD MAIMUN
NIM 201231064

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2018**



**MENGATASI RENDAHNYA DISIPLIN DIRI MELALUI KONSELING
BEHAVIORISTIK DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* PADA SMK
NU MAARIF KUDUS TAHUN 2017/ 2018**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Universitas Muria Kudus untuk Memenuhi
Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Bimbingan dan Konseling**

**Oleh
MUHAMMAD MAIMUN
NIM 2012 31 064**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2018**

MOTO DAN PERSEMBAHAN

MOTO:

“Tidak ada seorang pun yang menjadi miskin dengan memberi” (Anne Frank).

The logo of Universitas Muria Kudus is a shield-shaped emblem. At the top, the text "UNIVERSITAS MURIA KUDUS" is written in a semi-circle. The center features a stylized building with a tower. Below the building are two large, stylized hands, one red and one blue, holding the building. At the bottom is a green floral or leaf-like motif.

PERSEMBAHAN :

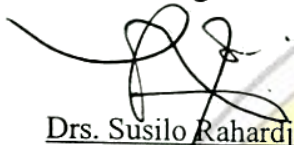
1. Kedua orang tua dan adikku tersayang yang senantiasa memberikan semangat dan doa dalam penyelesaian skripsi.
2. Teman-temanku tersayang yang selalu mendukung dan memberikan semangat.
3. Almamaterku tercinta Universitas Muria Kudus tempatku menuntut ilmu.

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi oleh Muhammad Maimun (NIM 201231064) ini telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.


Kudus,

Pembimbing I



Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd. Kons
NIDN. 0019065601

Pembimbing II



Drs. Masturi, MM.
NIDN. 0614055701

Mengetahui,

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Ketua,



Drs. Arista Kiswantoro, M.Pd.
NIDN. 0611116401

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Muhammad Maimun (NIM: 2012 31 064) ini telah dipertahankan di
depan Tim Penguji sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Bimbingan dan Konseling.

Kudus,

Tim Penguji



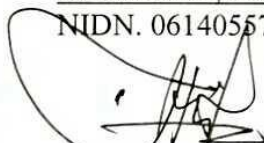
Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd., Kons.
NIDN. 0019065601

Ketua/anggota



Drs. Masturi, MM.
NIDN. 0614056701

Anggota



Dra. Sumarwiyah, M.Pd., Kons.
NIDN. 0612085802

Anggota



Drs. Sunardi, M.Pd.
NIDN. 0005115201

Anggota

Mengetahui,
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dekan,


Dr. Drs. Slamet Utomo, M.Pd.
NIDN. 0019126201

PRAKATA

Segala puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan petunjuk dan kekuatan, sehingga peneliti dapat melaksanakan penelitian dan menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Mengatasi Rendahnya Disiplin Diri Melalui Konseling Behavioristik Dengan Teknik Self-Management Pada Siswa SMK Nu Ma’arif Kudus Tahun Pelajaran 2017/2018”.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan dan arahan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberi bantuan yaitu:

1. Bapak Dr. Drs. Slamet Utomo, M.Pd, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus, yang memberikan ijin penelitian dan memberikan kelancaran dalam penyusunan skripsi.
2. Bapak Drs. Arista Kiswantoro, M.Pd, Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus, yang telah menyetujui judul penelitian ini.
3. Bapak Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd. Kons, pembimbing pertama dan Bapak Drs. Masturi, MM, pembimbing kedua yang telah memberi bimbingan, arahan dan petunjuk sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberi bekal ilmu yang bermanfaat bagi peneliti.
5. Bapak Drs. H Akhmad Nadlib, Kepala SMK NU Maarif Kudus yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk mengadakan penelitian di SMK NU Maarif Kudus.

6. Bapak Drs. Bambang Rusmanto, Konselor di SMK NU Ma'arif Kudus yang telah banyak membantu peneliti dalam pelaksanaan penelitian.
7. Muhamad Nur Fauzan, S.Pd, wali kelas XI TKR 2 SMK NU Maarif Kudus yang telah banyak membantu peneliti dalam pelaksanaan penelitian.
8. Semua pihak yang telah membantu, baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Peneliti hanya dapat mengucapkan terimakasih teriring doa semoga amal baik yang telah diberikan mendapatkan balasan yang sesuai dari Allah SWT. Sebagai manusia biasa, peneliti menyadari bahwa penyusunan proposal ini masih banyak kekurangan, untuk itu dengan segala kerendahan hati peneliti mengharap kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan proposal ini. Peneliti berharap semoga karya ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan bagi pembaca pada umumnya.

Kudus, Februari 2017

Peneliti

Muhammadiyah Maimun

ABSTRACT

Maimun, Muhammad. 2018. *Overcoming Low Self-Discipline Through Behavioristic Counseling With Self Management Technique In Students SMK NU Maarif Kudus Year 2017/2018*. Skripsi. Guidance and Counseling, Education Department Teacher Training and Education Faculty, Muria Kudus University. Advisor: (i) Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd.Kons (ii) Drs. Masturi, MM.

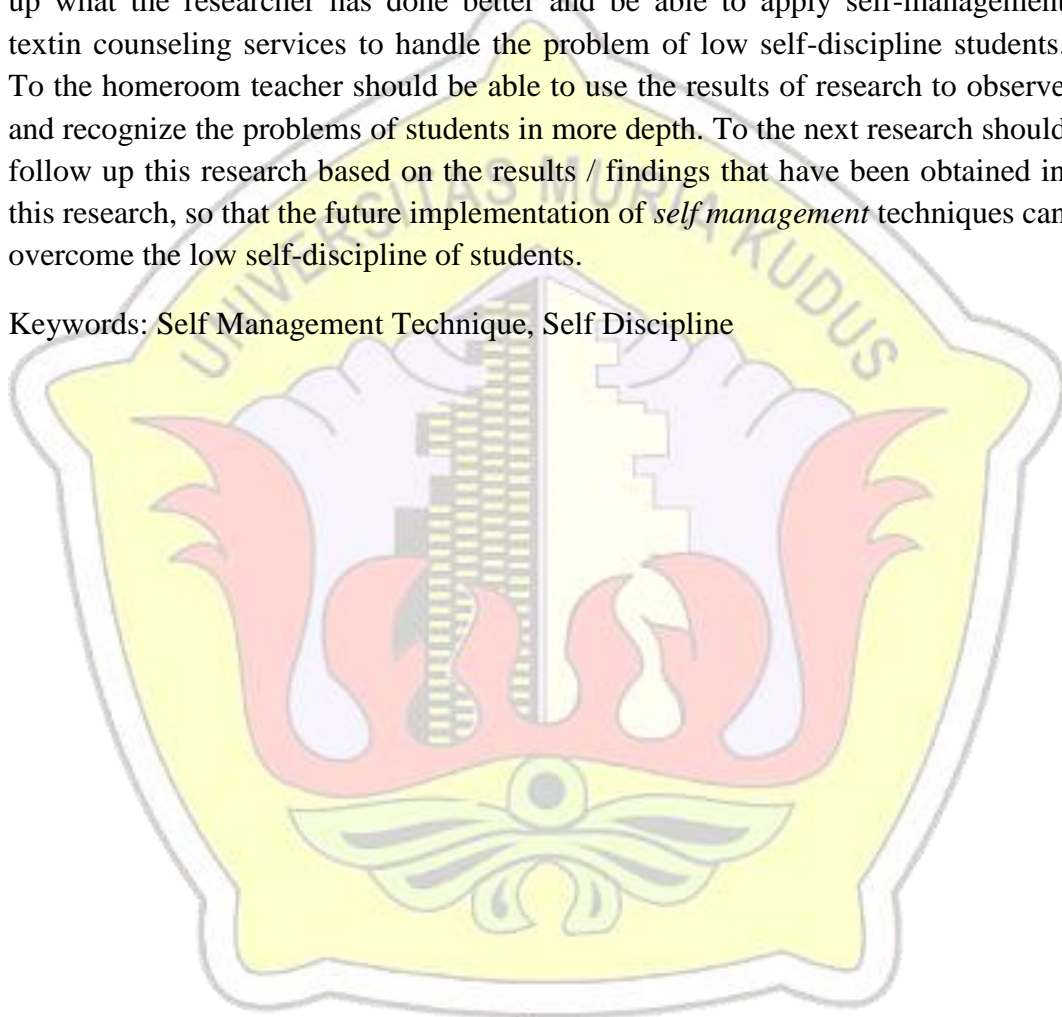
Based on the results of interviews with guidance and counseling teachers at SMK NU Maarif Kudus, there were two students with low self-discipline problems such as: not doing homework / school work, often coming late to school, often skipping, in class, often going out of the house till night. The formulation of the problem in this research are: (1) What is the most prominent factor related to the undisciplined habit in the students of SMK NU Ma'arif Kudus ?, (2) Is the habit of less discipline can be overcome, after given behavioristic counseling service with self management ? The purpose of this research are: (1) Describing the causes of undisciplined behavior by students of SMK NU Ma'arif Kudus, (2) Can overcome the low self-discipline in the students of SMK NU Ma'arif Kudus after giving behavioristic counseling service with *self management* technique.

Discipline is a set of rules designed to train and punish the child voluntarily to do what the leader's rules are, the leaders can be called teachers and parents. This case study study is detailed and in-depth against certain symptoms, including: case identification, analysis, diagnosis, prognosis, treatment, evaluation and follow-up. The subjects of this study are two students of class XI TKR 2 who are recorded as students who have low self-discipline behavior. Data collection techniques used are: (1) Interviews, (2) Observations, (3) Documentation, and (4) Home Visits. The results of research and case discussion 1. Conseli I (AN) internal factors that influence the behavior of less discipline is the lack of awareness about the importance of discipline, while the external factor is the lack of attention of parents. After counseling for 3 times with the application of self-management techniques, counselees can show more disciplined changes. This means the application of self-management techniques can help overcome the low self-discipline of the counselee, 2. Conseller II (SW) internal factors that influence the behavior of less discipline that is the lack of awareness of the importance of self-discipline and lack of time management, while external factors that influence the environment of playmates and lack parents attention. After counseling for 3 times with the application of self-management techniques, counselees can show more disciplined changes. This means the application of

self-management techniques can help overcome the low self-discipline of the counselee.

Based on the results of the discussion of the results of the discussion and analysis above researchers can conclude that the application of self-management techniques can help overcome the low self-discipline in students of class XI TKR 2 SMK NU Maarif Kudus Year 2017/2018. Thus the researcher suggests for the principal to check periodically with school counselors, homeroom teachers, and subject teachers on student self-discipline. To the school counselor should follow up what the researcher has done better and be able to apply self-management textin counseling services to handle the problem of low self-discipline students. To the homeroom teacher should be able to use the results of research to observe and recognize the problems of students in more depth. To the next research should follow up this research based on the results / findings that have been obtained in this research, so that the future implementation of *self management* techniques can overcome the low self-discipline of students.

Keywords: Self Management Technique, Self Discipline



ABSTRAK

Maimun, Muhammad. 2018. *Mengatasi Rendahnya Disiplin Diri Melalui Konseling Behavioristik Dengan Teknik Self Management Pada Siswa SMK NU Maarif Kudus Tahun 2017/2018*. Skripsi. Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus. Pembimbing : (i) Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd. Kons, (ii) Drs. Masturi, MM.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMK NU Maarif Kudus diperoleh informasi bahwa di kelas XI TKR 2 terdapat dua siswa yang masalah rendahnya disiplin diri, seperti: tidak mengerjakan PR/tugas sekolah, sering datang terlambat ke sekolah, sering membolos, sering tidur di kelas, sering pergi keluar rumah sampai malam. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: (1) Faktor apakah yang paling menonjol yang berkaitan dengan kebiasaan kurang disiplin pada siswa SMK NU Ma'arif Kudus?, (2) Apakah kebiasaan kurang disiplin dapat diatasi, setelah diberikan layanan konseling behavioristik dengan teknik *self management*?. Tujuan penelitian ini adalah: (1) Mendeskripsikan penyebab perilaku kurang disiplin yang dilakukan siswa SMK NU Ma'arif Kudus, (2) Dapat mengatasi rendahnya disiplin diri pada siswa SMK NU Ma'arif Kudus setelah pemberian layanan konseling behavioristik dengan teknik *self management*.

Disiplin adalah sebuah aturan yang dibuat untuk melatih dan menghukum agar anak secara suka rela melakukan apa yang menjadi aturan pemimpinnya, yang dimaksud dengan pemimpin bisa disebut guru maupun orang tua.

Penelitian studi kasus ini dilakukan secara terperinci dan mendalam terhadap gejala tertentu, meliputi: identifikasi kasus, analisis, diagnosis, prognosis, treatment, evaluasi dan tindak lanjut. Subjek penelitian ini adalah dua siswa kelas XI TKR 2 yang tercatat sebagai siswa yang memiliki perilaku rendahnya disiplin diri. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah: (1) Wawancara, (2) Observasi, (3) Dokumentasi, dan (4) Kunjungan Rumah.

Hasil penelitian dan pembahasan kasus 1. Konseli I (AN) faktor internal yang mempengaruhi perilaku kurang disiplin yaitu kurangnya kesadaran tentang pentingnya disiplin, sedangkan faktor eksternal yaitu kurangnya perhatian orang tua. Setelah dilakukan konseling selama 3 kali dengan penerapan teknik *self management*, konseli dapat menunjukkan perubahan yang lebih disiplin. Ini berarti penerapan teknik *self management* dapat membantu mengatasi rendahnya disiplin diri pada konseli, 2. Konseli II (SW) faktor internal yang mempengaruhi perilaku kurang disiplin yaitu kurangnya kesadaran pentingnya disiplin diri dan kurangnya manajemen waktu, sedangkan faktor eksternalnya yaitu pengaruh lingkungan teman bermain dan kurangnya perhatian orang tua. Setelah dilakukan

konseling selama 3 kali dengan penerapan teknik *self management*, konseli dapat menunjukkan perubahan yang lebih disiplin. Ini berarti penerapan teknik *self management* dapat membantu mengatasi rendahnya disiplin diri pada konseli.

Berdasarkan hasil pembahasan hasil pembahasan dan analisis di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa penerapan teknik *self management* dapat membantu mengatasi rendahnya disiplin diri pada siswa kelas XI TKR 2 SMK NU Maarif Kudus Tahun 2017/2018. Dengan demikian peneliti menyarankan bagi kepala sekolah untuk mengadakan pengecekan secara periodik dengan konselor sekolah, guru wali kelas, dan guru mata pelajaran mengenai disiplin diri siswa. Kepada konselor sekolah sebaiknya menindaklanjuti apa yang sudah dilakukan oleh peneliti secara lebih baik dan bisa menerapkan layanan konseling teksin *self management* untuk menangani masalah rendahnya disiplin diri siswa. Kepada guru wali kelas sebaiknya bisa menggunakan hasil penelitian untuk memperhatikan dan mengenali permasalahan- permasalahan siswa secara lebih mendalam. Kepada penelitian selanjutnya hendaknya menindaklanjuti penelitian ini dengan berpijak pada hasil/ temuan yang telah diperoleh dalam penelitian ini, sehingga kedepannya penerapan teknik *self management* mampu mengatasi rendahnya disiplin diri siswa.

Kata kunci : Teknik *Self Management*, Disiplin Diri

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN LOGO UNIVERSITAS	ii
HALAMAN JUDUL	iii
MOTO DAN PERSEMBAHAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	vi
PRAKATA	vi
ABSTRACT	ix
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR GAMBAR	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
 BAB I PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Fokus dan Lokus Penelitian	6
1.2.1 Fokus Penelitian.....	7
1.2.2 Lokus Penelitian.....	8
1.3 Rumusan Masalah	8
1.4 Tujuan Penelitian	8
1.5 Manfaat Penelitian	8
1.5.1 Manfaat Teoritis.....	9
1.5.2 Manfaat Praktis	9
1.6 Ruang Lingkup Penelitian.....	9
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	 11
2.1 Kajian Teori	11
2.1.1 Pengertian Disiplin Diri.....	11
2.1.1.1 Hakikat Disiplin Diri	11

2.1.1.2	Macam-Macam Disiplin	13
2.1.1.3	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Disiplin	15
2.1.1.4	Tujuan Disiplin	17
2.1.1.5	Indikator Kedisiplinan	19
2.1.2	Konseling Behavioristik Teknik <i>Self Management</i>	22
2.1.2.1	Konseling Behavioristik	22
2.1.2.1.1	Pengertian Konseling <i>Behavioristik</i>	22
2.1.2.1.2	Tujuan Konseling Behavioristik	24
2.1.2.1.3	Ciri Konseling Behavioristik	25
2.1.2.1.4	Fungsi dan Peran Konselor	27
2.1.2.1.5	Langkah Konseling Behavioristik	29
2.1.2.2	<i>Self Management</i>	31
2.1.2.2.1	Pengertian <i>Self Management</i>	31
2.1.2.2.2	Aspek <i>Self Management</i>	32
2.1.2.2.3	Teknik <i>Self Management</i>	36
2.2	Kajian Penelitian Relevan	38
2.3	Kerangka Berfikir.....	40
BAB METODE PENELITIAN		42
3.1	Rancangan Penelitian	42
3.2	Prosedur Penelitian.....	43
3.3	Data dan Sumber Data	47
3.3.1	Karakteristik Subjek Penelitian.....	477
3.4	Pengumpulan Data	488

3.4.1 <i>Interview</i>	488
3.4.1.1 Pengertian Interview	488
3.4.1.2 Tujuan Interview	49
3.4.1.3 Fungsi Interview	500
3.4.1.4 Pedoman Interview	500
3.4.2 Metode Observasi	566
3.4.2.1 Pengertian Observasi	566
3.4.2.2 Tujuan Observasi	566
3.4.2.3 Jenis-jenis Observasi	577
3.4.2.4 Pedoman Observasi	588
3.5 Analisis Data	588
BAB IV HASIL PENELITIAN	611
4.1 Data Klien I (AN)	611
4.1.1 Deskripsi Data Klien I (AN)	61
4.1.2 Deskripsi Masalah Konseli	63
4.1.3 Sumber Data	644
4.1.3.1 Wawancara	644
4.1.3.2 Observasi	655
4.1.3.3 Kunjungan Rumah	666
4.1.3.4 Dokumentasi	677
4.1.4 Analisis Data Klien I (AN)	677
4.1.5 Pelaksanaan Konseling Individu Terhadap Konseli I (AN)	68
4.1.6 Kesimpulan Konseling Terhadap Konseli I (AN)	87

4.2 Data Klien II (SW)	89
4.2.1 Deskripsi Data Klien II (SW).....	89
4.2.2 Deskripsi Masalah Konseli	91
4.2.3 Sumber Data	91
4.2.3.1 Wawancara	91
4.2.3.2 Observasi	93
4.2.3.3 Kunjungan Rumah.....	93
4.2.3.4 Dokumentasi.....	94
4.2.4 Analisis Data Klien II (SW)	95
4.2.5 Pelaksanaan Konseling Individu Terhadap Konseli II (SW).....	95
4.2.6 Kesimpulan Konseling Terhadap Konseli II (SW).....	115
BAB V PEMBAHASAN	118
5.1 Pembahasan Hasil Konseling I (AN)	118
5.2 Pembahasan Hasil Konseling II (SW).....	122
5.3 Temuan-Temuan di Lapangan	125
5.3.1 Kendala-Kendala Saat Penelitian	125
5.3.2 Usaha yang Peneliti Lakukan Untuk Mengatasi Kendala-Kendala....	126
5.3.3 Kemudahan-Kemudahan Selama Penelitian	126
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	127
6.1 Simpulan	127
6.1.1 Kasus Konseli I (AN).....	127
6.1.2 Kasus Konseli II (SW)	128
6.2 Saran.....	129

DAFTAR PUSAKA.....	131
LAMPIRAN.....	135



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Jadwal Penelitian Layanan Konseling <i>Behavioristik</i> Teknik <i>Self Managment</i> untuk Meningkatkan Disiplin Diri Pada Siswa SMK NU Ma'arif Kudus.....	43
3.2 Pedoman Wawancara Peneliti terhadap Guru Bimbingan dan Konseling SMK NU Ma'arif Kudus	51
3.3 Pedoman Wawancara Peneliti terhadap Wali Kelas XI TKR 2 SMK NU Ma'arif Kudus.....	52
3.4 Pedoman Wawancara Peneliti terhadap Siswa yang Sekelas dengan Klien....	53
3.5 Pedoman Wawancara Peneliti terhadap Klien 1	54
3.6 Pedoman Wawancara Peneliti terhadap Klien 2	55
3.7 Pedoman Observasi Peneliti terhadap Klien dalam Mengatasi Kebiasaan Kurang Disiplin Pada Siswa SMK NU Ma'arif Kudus	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Berfikir.....	41



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Hasil Wawancara Dengan Guru BK (sebelum konseling).....	136
2 Hasil Wawancara Dengan Wali Kelas XI TKR 2 (sebelum konseling)	139
3 Hasil Wawancara Dengan Teman Sekelas Klien (sebelum konseling)	141
4 Hasil Wawancara Dengan Klien AN (sebelum konseling).....	143
5 Hasil Wawancara Dengan Klien SW (sebelum konseling).....	145
6 Observasi Terhadap Klien Sebelum Konseling (AN).....	147
7 Observasi Saat Proses Konseling ke 1 (AN).....	148
8 Observasi Saat Proses Konseling ke 2 (AN).....	150
9 Observasi Saat Proses Konseling ke 3 (AN).....	152
10 Observasi Terhadap Klien Sesudah Konseling (AN)	154
11 Observasi Terhadap Klien Sebelum Konseling (SW).....	155
12 Observasi Saat Proses Konseling ke 1 (SW).....	156
13 Observasi Saat Proses Konseling ke 2 (SW).....	158
14 Observasi Saat Proses Konseling ke 3 (SW).....	160
15 Observasi Terhadap Klien Sesudah Konseling (SW)	162
16 Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Pendukung Kunjungan Rumah (AN)	163
17 Laporan Pelaksanaan Evaluasi Analisis Dan Tindak Lanjut Pelaksanaan Satuan Pendukung (AN)	165
18 Rencana Pelaksanaan Layanan Pendukung Kunjungan Rumah (SW)	167
19 Laporan Pelaksanaan Evaluasi Analisis Dan Tindak Lanjut Pelaksanaan Satuan Pendukung (SW)	169

20	Data Studi Kasus (AN).....	171
21	Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling Pertemuan I (AN)	177
22	Verbatim Konseling Individu Pertemuan I (AN).....	180
23	Laporan Pelaksanaan, Evaluasi, Analisis Dan Tindaklanjut Bimbingan Dan Konseling Ke I (Konseli AN).....	189
24	Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling Pertemuan II (AN)	192
25	Verbatim Konseling Individu Pertemuan II (AN)	195
26	Laporan Pelaksanaan, Evaluasi, Analisis Dan Tindaklanjut Bimbingan Dan Konseling ke II (Konseli AN)	200
27	Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling Pertemuan III (AN)	203
28	Verbatim Konseling Individu Pertemuan III (AN)	206
29	Laporan Pelaksanaan, Evaluasi, Analisis Dan Tindaklanjut Bimbingan Dan Konseling Ke III (Konseli AN).....	213
30	Data Studi Kasus (SW)	215
31	Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling Pertemuan I (SW).....	221
32	Verbatim Konseling Individu Pertemuan I (SW).....	224
33	Laporan Pelaksanaan, Evaluasi, Analisis Dan Tindaklanjut Bimbingan Dan Konseling Ke I (Konseli SW).....	232
34	Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling Pertemuan II (SW).....	235
35	Verbatim Konseling Individu Pertemuan II (SW)	238
36	Laporan Pelaksanaan, Evaluasi, Analisis Dan Tindaklanjut Bimbingan Dan Konseling Ke II (Konseli SW)	245
37	Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling Pertemuan III (SW)	248

38	Verbatim Konseling Individu Pertemuan III (SW).....	251
39	Laporan Pelaksanaan, Evaluasi, Analisis Dan Tindaklanjut Bimbingan Dan Konseling Ke III (Konseli SW).....	257
40	Dokumentasi	259
41	Daftra Riwayat Hidup	260
42	Surat Pernyataan.....	261
43	Permohonan Ujian Skripsi	262
44	Keterangan Selesai Bimbingan	263
45	Surat Balasan Observasi.....	264
46	Surat Balasan Penelitian.....	265
47	Kartu Bimbingan Pembimbing I.....	266
48	Kartu Bimbingan Pembimbing II.....	272

